

# 音楽科における低学年期での「体を動かす活動」の有用性

## ～知覚感受の深まりと実感を伴った理解をめざして～

北川 真里菜

学習指導要領音楽編においては「音楽との一体感を味わい、想像力を働かせて音楽と関わるができるよう、指導のねらいに即して体を動かす活動を取り入れること」が明記されている。音楽科の目標の一つ「曲想と音楽の構造などとの関わりについて理解する」ためにも、体全体をつかって音楽を感じ取り、互いの動きを見てまねてみたり、自分や友達の動きを省みたりする過程で、要素の動きに気付きながら楽曲全体を味わって聴いたり、表現したりすることで、より知覚感受が深まり、実感を伴った理解を促すことができるのではないかと考えた。

低学年の児童には、音楽を聴くと自然に体を動かしたり旋律を口ずさんだりするなど、音楽を感覚的に捉える傾向が見られる。本稿では、低学年という発達段階を踏まえ、その特性を生かし、音楽科において効果的かつ継続的に体を動かす活動を取り入れることの5つの有用性について明らかにした。

キーワード： 体を動かす活動、 知覚感受、 実感を伴った理解、 低学年

### 1. 研究の目的

#### 1. 1. 学習指導要領より

小学校学習指導要領音楽編解説 第4章 2 内容の取扱いと指導上の配慮事項内容の取扱い では、体を動かす活動について「児童が音楽を全体にわたって感じ取っていくためには、体のあらゆる感覚を使って音楽を捉えていくことが必要となる。」と明記されている。

低学年期における音楽的な特徴としては「低学年の児童は、生活の様々な場面で音楽に親しんでいる。例えば、友達の歌を聴いて一緒に歌い出したり、音楽に合わせて体を揺らしたり、身の回りの音に興味を持って何度も繰り返し鳴らそうとしたりする。また、遊びに没頭する中で、体の動きに合わせて即興的な旋律を口ずさむ行為もよく見られる。」とあり、「音楽を特徴付けている要素や音楽の仕組みなどに感覚的に反応し、音楽やその演奏の楽しさに気付くようにすることが重要となる。」と、低学年という実態や特徴を踏まえ、音楽科において体を動かす活動を取り入れることの重要性について述べられている。

#### 1. 2. 体を動かす活動の課題点

しかし、それとともに「体を動かすこと自体をねらいとするのではなく、例えば、音楽の特徴を捉える学習を深めたり、思いや意図に合った表現を高めたりするなど、指導のねらいに応じて効果的に取り入れられるように留意する必要がある。」とも記されている。

音楽科における体を動かす活動は、鑑賞だけでなく表現活動においても多くの実践事例がある。しかし、体を動かすこと自体がやや目的化されていることも少なくない。

また、体を動かす活動の従来の実践例や、教科書教材の範疇による展開例では、飯泉(2012)によれば、「学習指導要領の〔共通事項〕ア(ア)音楽を特徴づけている要素のうち『リズム』に反応した体を動かす活動が大半を占める」ようである。

よって、本研究においては、

- ①ねらいと活動との整合性を高め、ねらいを達成するために活動を効果的に取り入れること。
- ②「リズム」だけでなく複数の〔共通事項〕において継続的に活動を取り入れること。

以上の二点に留意し、知覚感受を深め、実感を伴った理解を促すために、体を動かしながら聴いたり、聴いたことを体で表したりすることの有用性について探りたい。

#### 1. 3. めざす子ども像

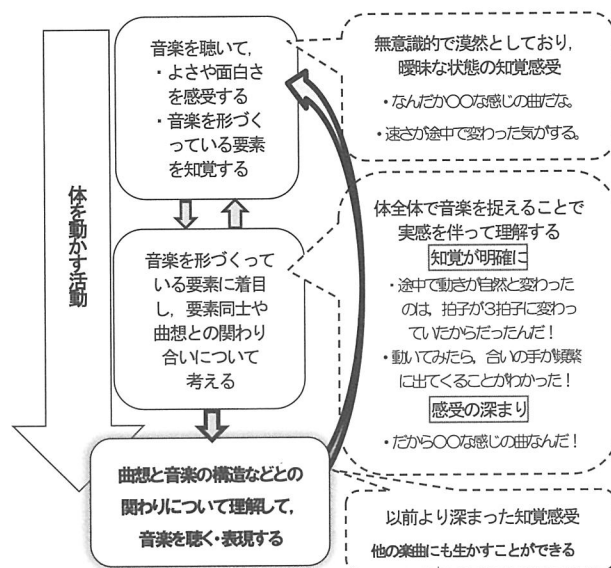


図1 めざす子ども像

本研究では、図1のように、ねらいに即した体を動かす活動を効果的かつ継続的に取り入れることで、曲想と音楽の構造などとの関わりについて理解し、音楽を聴いたり表現したりする子どもの姿をめざしている。

#### 1. 4. 研究仮説

低学年時における音楽科授業において、学習のねらいに即した体を動かす活動を効果的・継続的に取り入れることで、知覚感受が深まり、実感を伴った理解を促すことができるであろう。

## 2. 研究方法

本研究では、「共通事項」を核とした学級の年間指導計画(表1)を立て、すべての題材において鑑賞と表現を関連付け、各「共通事項」を感じ取るに相応しい体の動かし方を考えて取り入れることとした。

表1:「共通事項」を核とした音楽科の単元配列(2年C組)

	共通事項	題材	表現	鑑賞
1学期	拍	はくってなにあに? ～はくのまとまりをかんじとろう～	〈歌唱〉2拍子・3拍子の童謡 〈器楽〉『かつこう』	『メヌエット』 (J. S. バッハ) 『トルコ行進曲』 (ベートーヴェン) 2拍子3拍子の器楽曲
	音高 旋律	音のかみだんをのぼろう! ～音の高さのちがいをかんじとろう～	〈歌唱〉『ドレミのうた』 〈器楽〉『かえるの合唱』 〈音楽づくり〉音の高さをつかって、いろいろなかえるに～んしん! 〈音楽づくり〉せんりつあそび	『貴婦人の乗馬』 (ブルグミュラー)
	呼びかけとこたえ	音楽でおはなし～よびかけとこたえをかんじとろう～	〈歌唱〉『かへれんば』 〈音楽づくり〉よびかけてこたえる音楽をつくろう	『中国の踊り』 (チャイコフスキー)
2学期	拍子	何びょうしかな～びょうしをかんじてリズムをうとう～	〈歌唱〉『いるかばさんぶらこ』 〈器楽〉『山のボレカ』	『ちょうちん』の3拍子・4拍子(編曲) 比較聴取 『人形のゆめと目ざめ』(エステン)
	速度 強弱	どんな気持ちでうたおうかな?～ようすを思いうかべよう～	〈歌唱〉『海とお日さま』 〈器楽〉『小ぎつね』	『コナンテーマソング』比較聴取 『天国と地獄』 『オッフェンバック』 『亀』 (サン＝サーンス)
	リズム	リズムで大～んしん! いろいろな子犬に～んそうしよう!	〈音楽づくり〉リズムをつかって、いろいろな子犬に大～んしん!	『先生作 きらきら星変奏曲』 『きらきら星の主題による12の変奏』 (モーツァルト)
	音色	せかい1うつくい音をさがそう～いろいろな音を楽しもう～	〈器楽〉『かみばちや』 〈音楽づくり〉『虫の声』	『だがつきパーティー』
3学期	反復 変化	わらべうたであそぼ～日本の歌をたのしもう～	〈歌唱〉『あなたがたどこさ』『すいすいずつころばし』『なべなべそこぬけ』など 〈音楽づくり〉わらべうたのぼんそうあそび	いろいろなわらべうた
	音楽の継承 との関係	けっせい! 2C音楽たい! ～音をあわせて楽しもう～	〈歌唱〉『どこかで』 〈音楽づくり〉おいかけっここの音楽をつくろう	器楽曲

## 3. 授業の実践

〔共通事項〕の拍・音高・呼びかけとこたえ・速度・リズムを、体を動かしながらどのようにして感じ取ったのか、5つの実践を記述する。

### 3. 1. 題材〈はくってなにあに?〉

～手遊びなどの身体活動をとおして「拍」を体全体で感じ取る～

はくってなにあに? 〔共通事項〕拍 はくのまとまりをかんじとろう		
★歌唱 2拍子・3拍子の童謡を聴いて、拍のまとまりを感じて歌う。	★鑑賞 拍のまとまりを感じ取って、3拍子『メヌエット』、2拍子『トルコ行進曲』を比較して聴く。	★器楽 拍のまとまりを感じ取って3拍子『かつこう』を演奏する。

(★:体を動かす活動を取り入れた箇所)

歌唱の活動で、身近な童謡を楽しく歌った。その際図2のようにして体全体を使って2拍子と3拍子の違いを比べる活動を取り入れた。

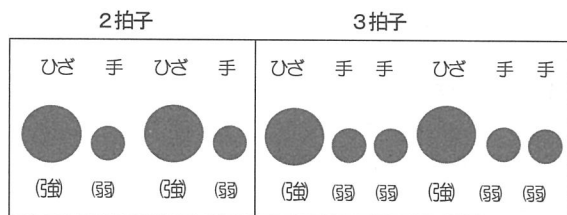


図2: 拍のまとまりを感じ取るための体の動き

「手」の部分は、最初は自分の手をたたきながら聴くが、2人組やグループになってお互いの手をたたきなど、「ひざ」「手」にもこだわらず、図3のように、強拍・弱拍をうまく体の動きで表現している子どもを取り上げ、全体に紹介し、みんなで試してみた。

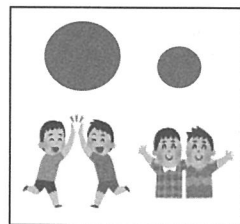


図3 子どもから出た動きの例

自由に体を動かすことで、子どもたちは、自然と強拍を見つけ全身で音楽を感じようとしていた。

ひょうしは手ひきだけじゃなくて、体でもあらわせるし、かわりました。

まえから2ひょうしと3ひょうしを、いたしどき、2ひょうしと3ひょうしの「はく」を体でしりました。

図4 振り返りより

単に音楽を聴くだけで理解するのではなく、体を動かす行為に結びつけることで、体全体で音楽を感じるようになった。

### 3. 2. 題材〈音のかいだんをのぼろう〉

～ハンドサインをつかった身体活動をと  
して「音の高さ」を体全体で感じ取る～

音のかいだんをのぼろう！〔共通事項〕音高（旋律） 音の高さの ちがいを かんじとろう			
★歌唱 音の高さに気 を付けて『ド レミの歌』 『かえるの合 唱』を歌う。	器楽 音の高さに 気を付けて 『かえるの合 唱』を 演奏する。	★音楽づくり 音の高さを工 夫して音楽を つくる。	★鑑賞 音の高さの 移り変わりに 気を付けて 聴く。

（★：体を動かす活動を取り入れた箇所）

ハンドサインをしながら『ドレミの歌』や『かえるの合唱』を歌い、音程感を養った後、教師がピアノで音を出し、高い音では背伸びをしながら手を上に、低い音ではしゃがみながら手を下げる活動を行った。

その後、『貴婦人の乗馬』を聴きながら同じようにして体を動かした。

下記は、子どもの発言である。

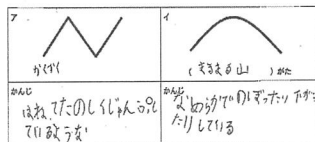
れいこ：旋律Aは音がすぐに高くなったり低くなったりして、ジャンプしているみたい。

りな：馬がジャンプしてるところなんちゃうかな。

教師：旋律Bは？

にな：手を上と下にゆ  
らゆら～って。

子ども：なめらか。



旋律Bでは、大  
きく腕を回してい  
る子どももいた。

「どうして回っ  
ているの。」と尋ね  
ると、「旋律Bの  
ふわ～とした感  
じを体でやってみた。」と

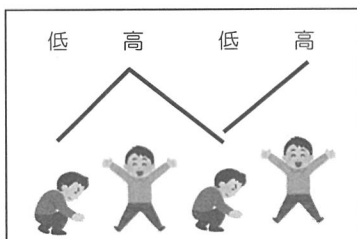


図5 旋律Aの体の動き

言うので、みんなで試してみながら、旋律A・Bの音の高さの移り変わりによる曲想の違いに気付けた。

ドレミファソラシドで、とんとん音がよったり、さかたり  
していたのがよくわかりました。  
体ぜんたいも、つかえて、たのしかったです。

音のかいだんののぼりかたで、はきはきしたり、はなはだしく  
しゃがむの感じがいろいろあって、おもしろかった

図6 振り返りより

「ジャンプしている感じ。」「ピョンピョンってなっている。」といった言葉は、耳で聴いているだけでは捉えにくく、実際に体を動かしたことによって実感をもって出された言葉であったのではないかと感じた。

### 3. 3. 題材〈音楽でおはなし〉

～挙手・立つ・演奏・指揮などの身体反応  
をとおして「よびかけとこたえ」を体全  
体で感じ取る～

音楽でおはなし〔共通事項〕呼びかけとこたえ よびかけとこたえをかんじとろう			
歌唱 よびかけと こたえに気を 付けて『かく れんぼ』を 歌う。	★鑑賞 よびかけと こたえを感じ 取って『中国 の踊り』を 聴く。	★音楽づくり よびかけと こたえをつか って音楽を つくる。	★歌唱 よびかけと こたえを感じ 取って『かく れんぼ』を 歌う。

（★：体を動かす活動を取り入れた箇所）

『中国の踊り』をつかって、挙手したり、「よびかけ」と「こたえ」の2つのグループに分かれて立ったり座ったり演奏したり、前に出て全体を指揮したりしながら12回音楽を繰り返し聴いた。



図7 「よびかけ」の部分で挙手をする子どもたち



図8 AグループとBグループに分かれ、それぞれ「よびかけ」と「こたえ」で楽器を吹く真似をしながら立つ

下記は、振り返りでの子どもの言葉である。

立ったり座ったりしたら、よびかけのところってかわりばんこに何回も出てくるんやって思っ、聴いてるだけの時より、すごくよくわかって、よかったです。

呼びかけとこたえが順に出てくることは耳で聴いてもわかるが、体を動かすことによって、その頻度や繰り返しの面白さにも気付くことができ、「呼びかけ」と「こたえ」ている旋律をより確かに捉えられた。

### 3. 4. 題材〈どんな小ぎつねさんかな〉

～歩く・ボールを使った身体活動をと  
して「速度」を体全体で感じ取る～

どんな小ぎつねさんかな？〔共通事項〕速度 強弱 そくど や きょうじゃく を くふうして つたえよう			
★鑑賞 速度に気を付 けて『コナン テーマソ ング』の2曲を 聴き比べる。	歌唱 歌詞の内容に 合った速度や 強弱を工夫 し、『海とお ひさま』を 歌う。	器楽 歌詞の内容に 合った速度や 強弱を工夫 し、『小ぎつ ね』を演奏 する。	★鑑賞 速度に気を付 けて『天国と 地獄』『亀』の 2曲を聴き比 べる。

（★：体を動かす活動を取り入れた箇所）

速度だけが異なる2曲を比べ、拍に合わせて歩いてみたり、輪になって拍に合わせてボールを回してみたりした。

速度が速いと、ボールを急いで回さないといけな。それに対して、速度がゆっくりの場合は、「いーち・にー・さーん」と、拍の余韻や質感までもを感じ取って隣の子どもにもボールを渡す様子が見られた。



図9 輪になってボールを回す

以下は振り返りでの子どもの言葉である。

ゆっくりなきょくは、歩き方もほんとにそーっと歩く。速度が速くなると、走っているみたい。もっといろんなきょくで、歩いてみたいと思いました。

はしったりゆくりあるいたりして、まぐのかんじがわかった。したのしかった。

図10 振り返りより

### 3. 5. 題材〈リズムで大へんしん〉

～手拍子・歩く身体活動をと  
して「リズム」を体全体で感じ取る～

リズムで大へんしん！〔共通事項〕リズム いろんな子ども犬にへんそうしよう		
★鑑賞 リズムに気を付けて『先生作きらきら星変奏曲』を聴く。	★音楽づくり リズムを工夫し、変奏曲をつくる。	★鑑賞 リズムに気を付けて『きらきら星変奏曲』を聴く。

（★：体を動かす活動を取り入れた箇所）

変奏を聴き、どのようなリズムがつかわれているのかを考える際に、体を動かす活動を取り入れた。

第1変奏を聴いた子どもたちの反応は、下記の通りである。

よしき：2回おしている。

あん：いつきくんにつけたしで、同じ場所で、はねかえっている。

子ども：場所っていうか、弾くところ。鍵盤。

もも：同じところを押さえておいて、うでを下上、下上してる。

れいか：似ていて。普通はタンタンやん。先生が弾いたのは、はねている感じ。

〈中略〉

教師：みんなが言っているのって、こういうことかな。

（リズムカードを提示する）

子ども：タッタタン、タッタタン…（リズムカードを見ながら手拍子をする）

うんうん。これや。こういうこと！

感覚では捉えているが、最初はリズムの変化をうまく言葉にできない様子であった。

そこで、使われていたリズムを手拍子でたたいてみると、子どもたちから「言いたかったの、こういうこと！」と、納得する言葉が聴こえた。

更にリズムに合わせて歩いてみると、「このリズム、スキップしているみたいや。」と、♪のリズムの特徴を言葉でも表そうとしていた。

教師より単にリズムに関する知識を与えられるだけでなく、可視化されたリズムを自分たちで手拍子をたたいてみたり、歩いてみたりすることで「だから、楽しく踊っているきらきら星みたいなんだ。」と、リズム自体の特徴や曲想への働きを実感できたようである。

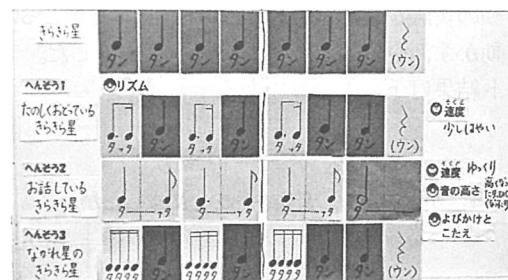


図11 可視化した変奏のリズム



図12 リズムカードを見て声に出しながら手拍子をする



図13 リズムに合わせて歩く

その後の変奏2を聴く際や、第2次以降の友達の変奏などを聴く際も、リズムを合わせて手拍子をしながら音楽を聴いたり「先生。歩いてみたい。どんな感じがするの。」と言ったりする子どもが増えた。

教師：どうして、歩いてみたいの？  
かずき：歩いたほうが、わかるから。  
教師：何が？  
のぶお：なんか、リズムの感じが。

体を動かして聴くことの楽しさや効果を感じていたようである。

手ぶらしかたのしかたですなぜかという  
リズムをしれたからです。

今日、リズムののってでなく、リズムにのれたのでいいです。

図14 振り返りより

## 4. 授業の考察

### 4. 1. アンケート結果より

5つの実践が終わった後、2年C組(30名)において、体を動かす活動に関するアンケートを実施した。アンケート結果は下記の通りである。

表2 アンケート結果①

体をうごかすことで、音楽をたのしめましたか。

とてもたのしい 24人	たのしい 6人
-------------	---------

\*たのしくない：0人

表3 アンケート結果②

体をうごかすことで、音楽についてよくわかりましたか。

とてもよくわかった 22人	わかった 8人
---------------	---------

\*かわらない：0人

おもしろかったのはリズムのびねです。  
なぜかという、リズムにあわせて、やたら  
とてもわかりやすかったです。

よびかけとこたえがすてきなしかたです。  
なぜかという、バイオリンとフルートの音楽にすて  
く体をあわせたのでとてもたのしかったです。

体をうごかしてよびかけとこたえがボールをいれようとしたか  
とても楽しかったです。

体をうごかせる音楽のびねが、とてもいいリズムは。

体をうごかしたらどんなリズムかがわかるした  
のしかたからいいと思いました。

図15 アンケート自由記述欄より

アンケート結果より、以下の点が伺える。

- ①体を動かすことにより音楽を楽しく聴いたり表現したりすることができた。
  - ②体を動かすことで、曲想と音楽の構造などとの関わりなどについての理解が深まることを、子ども自身が自覚していた。
- 体を動かす活動が、子どもたちにとって、学習のねらいを達成するうえで効果的であったことがわかる。

### 4. 2. 知覚感受の深まりが見られたか

各題材ごとに子どもたちが知覚感受を深め、各〔共通事項〕を理解して次の学びへと活用していたことは、以下の授業記録からもわかる。

題材〈リズムで大へんしん！〉第3時における、みゆきがつくった変奏を聴いた際の子どもたちの発言である。

りさ：みゆきちゃんは、低い音にしていたと思います。

(※音の高さに関する発言)

〈中略〉

ゆうた：へんしんアイテム(※拍、音の高さ、呼びかけとこたえ、速度などの〔共通事項〕のこと)あるやん。それを全部使ってて、よかった。

たかし：速度使ってないで。(※速度に関する発言)

あい：私は、ひかりちゃんが呼びかけとこたえをつかってお話してるみたいにしていてと思いました。(※呼びかけとこたえ、それをつかうことによる曲想に関する発言)

〈中略〉

教師：みゆきちゃんのリズムは、どうだった？

(※リズムの変化に目を向けさせるための問いかけ)

子ども：(手拍子しながら)タタタタ…。

ひとつの音楽を聴いて、それまでの学びを活用しながら様々な視点から音楽を聴き、子どもなりに分析し



ていることがわかる。

〔共通事項〕を、言葉だけでなく体全体で実感しながら理解したことによって、音楽を聴いたときに「音の高さが…」と言いながら手で高さの上下を表したり、「ここが呼びかけで…」と言って呼びかけの部分で立ってみたい、下線のようにリズムを手拍子で刻んだりするようになった。

また、休憩時間にも、歌を歌いながらそのリズムに合わせて歩くなど、授業で学んだことをつかって日常生活においても体全体で楽しんでいる姿が見られた。

#### 4. 3. 実感を伴った理解を促せたか

子どもたちは、最初は感覚的に音楽を聴きながら反応して体を動かしている。思考を促し、実感を伴った理解を促すためには、教師の問いかけが重要な役割を担うことが実践をとおしてわかった。

以下は、題材〈何びょうしかな〉における『人形の夢とめざめ』の鑑賞の際の記録である。

音楽が鳴り出すと、3拍子を聴きとって、子どもたちは図2のような動きを始める。

しかし、音楽の途中で拍子が変わると、自然と子どもたちの動きもそこで変わったので、音楽を止めた。

教師：まさとくん、なんで急に動きが変わったの。

まさと：だって、さっきと違うから。

教師：何が違うの。

まさと：急に変わったから、困ってる。

子ども：速度が違う。

教師：もう一回そこをかけてみようか。

(再度聴いて体を動かす)

教師：1・2・3ってやってたのが、次はどうなったのかな。

まさと：わかった。1・2・3っていうのが、途中から合わなくなる。

たいし：1・2になったんちゃう。

子どもたちは、3拍子だった楽曲が途中で2拍子に変わったことを体で表し、感じ取っていた。しかし、それはこの時点では無意識的である。

下線部の教師の問いかけと立ち止まりがあることによって、自分の体の動きを省みることができ、拍子が変わったことに気付くことができた。

子どもの無意識的な体の動きを手がかりに、思考を促す発問や問いかけを工夫し立ち止まることで、子どもがその理由を意識的に音楽の中から探せるようにする。そうすることによって、単に知識を与えるだけではない、実感を伴った理解を促すことができた。

#### 5. 成果と課題

アンケート結果からもわかるように、体を動かすことによって、どの子どもも楽しみながら音楽を聴いたり表現したりする活動に取り組むことができた。

体を動かす活動が、感覚的に音楽を捉えたり、音楽を聴いて無意識に体を動かしたりする低学年の子どもの実態や特徴に非常に適した活動であると感じる。

体を動かす活動を取り入れた実践をとおして、次のような効果が見られた。

- (1) 音楽と一体化することによる情意面、意欲関心の高まり
- (2) 音楽の要素や構造などについて、実感を伴った理解の促進
- (3) 無意識的な感じ方や気付きを自覚化
- (4) 他者の感じ方や気付きを目で捉えられることによる協同的な学びにおける学習の深まり
- (5) 指導者による子どもの学習状況の把握

このような効果によって、子どもたちの知覚感受を深めることにつながった。

低学年の子どもたちは、語彙力にまだ個人差があることがある。音楽を聴いたり表現したりして感じ取ったことや気付いたことを言葉で表すだけでなく、体で表現する活動を取り入れることで、より一人一人の感じ方や気付きを教師が見取れるようになるという、指導者側の効果も感じ取れた。そこで見取れたことを全体の場で教師が価値づけていくことによって、子どもたちの知覚感受を深めていくこともできた。

低学年において体を動かす活動を多く取り入れることによって、中・高学年においても前述のような効果が十分に得られるであろう。

本研究では、5つの実践をとおして、体を動かす活動の有効性について明らかにすることができた。

しかし、本実践において取り入れた体の動きはまだほんの一部である。今後は、リトミックにおける身体表現などについて勉強し、様々な動きやアイテムを使った動きの可能性についても探っていきたい。

本実践のように、低学年において体を動かす素地をしっかりとつけたうえで、中・高学年においてもその経験を生かして体全体で音楽を感じ取る実践を継続して行うことで、より知覚感受を深め、実感を伴った理解へとつながられるよう、更に研究を深めていきたい。

#### 引用・参考文献

文部科学省 小学校学習指導要領 解説 音楽編

飯泉 祐美子(2012). 小学校音楽科教育における「体を動かす活動」 千葉敬愛短期大学研究紀要 第34号